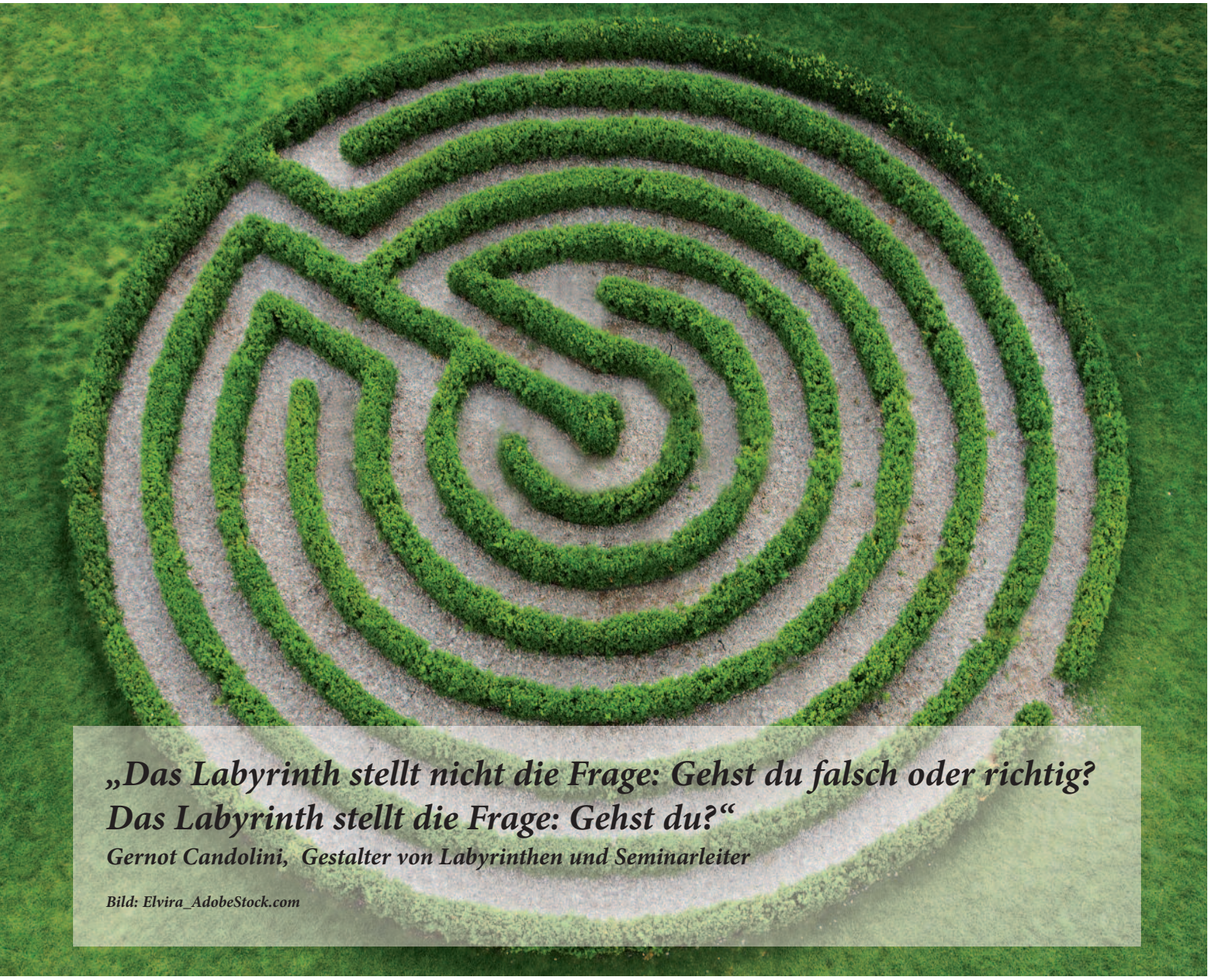
Den richtigen Weg im Labyrinth finden

Spaß, Glück & Frieden

Labyrinthe sind „in“. Sie begegnen uns aktuell als Freizeitvergnügen in Form von Feldlabyrinthen. Aber eigentlich sind sie alte Symbole, um den Menschen einen Weg – auch durch Umwege – zu weisen, Lebensfragen zu beantworten und die Mitte zu finden. Im Allgäu gibt es einige an wunderschönen Plätzen. Auch Seminare werden dazu angeboten. Wir haben uns auf den Weg gemacht.....



„Das Labyrinth stellt nicht die Frage: Gehst du falsch oder richtig? Das Labyrinth stellt die Frage: Gehst du?“

Gernot Candolini, Gestalter von Labyrinthen und Seminarleiter

Bild: Elvira_AdobeStock.com

Beim Stichwort Labyrinth fällt den meisten Befragten ein dafür bepflanztes Feld, wie das wohl berühmteste Feldlabyrinth Deutschlands, Ex-Ornamentis in Utting am Ammersee ein.

Labyrinthe zum Verstecken und Verirren

Eigentlich sind dies keine Labyrinthe, sondern Irrgärten. Seit 20 Jahren gestaltet die ortsansässige Familie Ernst ihr Feld direkt am See mit attraktiven Motiven. Dieses Jahr, gut passend zu der aktuellen Umwelt- und Bienendiskussion, ist es ein Biene-Maja-Labyrinth, übrigens mit echten Bienenvölkern.

Schloss Neuschwanstein, Asterix und Obelix, Fußball-WM 2014 oder die Bremer Stadtmusikanten waren einige der Pflanzungen der vergangenen Jahre. Nach exakten GPS-Vermessungen wird im Frühjahr angepflanzt. „Wir achten darauf, dass die Wege schmal sind, dann ist es noch interessanter. Außerdem möchten wir immer passend zum Thema Spiele und ganz viel Information, wie dieses Jahr Bienen, bieten“, so Corinne Ernst.

Für Schulklassen ist es ein ideales Ausflugsziel. „Wir gehen jedes Jahr hierher. Es ist alles mit viel Aufwand und Liebe gemacht“, erklärt eine Lehrerin der Grundschule Utting. Das Motiv für das kommende Jahr tüftelt das Organisations-Team im Winter aus. Es soll möglichst Bezug zu aktuellem Geschehen, nicht nur in Bayern, haben. Im Herbst wird das buntgemischte Feld aus Sonnenblumen, Hanf, Mais, wilde Malve geerntet und an die Tiere verfüttert.

„Es gibt schon eine Fan-Gemeinde, die jedes Jahr zu uns kommt und immer gespannt ist, welches Bild wir neu gepflanzt haben“, so die Labyrinth-Organisatorin, und ergänzt: „Der klassische Labyrinthgedanke steht bei uns nicht im Vordergrund. Wir bieten viele andere Komponenten: Für den Pflanzenliebhaber, für Kinder, die sich an der frischen Luft bewegen und viel erfahren können, für die Rätselrater und Tüftler das Stempelspiel und die Sonderveranstaltungen Wein und Varieté, Schatzsuche im Horrorlabyrinth.“

Feldlabyrinth „Ex-Ornamentis“ in Utting am Ammersee mit einem Bienenmotiv
Bild: www.exornamentis.de - Das Labyrinth in Utting

„Ein Labyrinth betritt man nicht mit den Füßen, sondern mit dem Herzen.“
Marco Paulo, Künstler und Labyrinthgestalter aus Bad Tölz; in seinem Tölzer Labyrinth finden zahlreiche Veranstaltungen, Begehungen, Sonnwendfeste statt. www.erdpate.de

Die Geschichte der Labyrinthe

Wenn man sich mit Labyrinthen beschäftigt, muss man weiter ausholen. Das Labyrinth gehört wohl zu den ältesten Symbolen der Menschheit. Bereits im Altertum taucht es bei den Ägyptern, in Griechenland und bei den Römern auf. Im Mittelalter findet es Eingang in gotische Kathedralen, wie das bekannteste in der Kirche von Chartres. In der Renaissance und im Barock werden sie als Irrgärten für die zu der Zeit beliebten Vergnügungs- und Versteckspiele angelegt.

In Deutschland erfreuen sie sich bei Kirchen, Meditationswegen und -plätzen zunehmender Beliebtheit. Seit Mitte der 90-er Jahre befinden sich Labyrinthe im Allgäu wie beispielsweise in Kaufbeuren, Sonthofen, Wangen im Allgäu, Bad Grönenbach, Nesselwang, Bad Wörishofen, Maierhöfen, Memmingerberg, Oberstaufen, Scheidegg.

Was ist so besonders beim Begehen eines Labyrinths?

„Das schöne Allgäu“ hat bei Robert Wörz (siehe Rubrik) angefragt: „Im Labyrinth gehen wir einen Weg, der, manchmal auf Umwegen, zur Mitte und von dort wieder herausführt. Wir bekommen Orientierung, begegnen und

Robert Wörz – Labyrinthspezialist

Allgäuer Auszeit-, Labyrinth- und Wegbegleiter, Labyrinth-Buchautor, Psychologischer Berater, Systemischer Familien-, Lebens- und Paarberater, Seminarorganisation
In Zusammenarbeit mit Uta Sander, Allgäuer Wegbegleiterin, Entspannungs- und Mentaltrainerin, Qi Gong Trainerin
Hintere Gerbergasse 19, Memmingen
Telefon 0175/9724044
www.allgaeuerwegbegleiter.de
allgaeuerlebensberatung@web.de

Seine Erfahrung:
„Meine tiefste Erfahrung während eines Labyrinthgangs machte ich am Morgen des 28. April 2012 in der Kathedrale von Chartres. Die letzten Meter vor der Mitte kniete ich mich nieder und bewegte mich auf die Mitte zu. In der Mitte versank ich kniend in eine große und tiefe Demut. Zweieinhalb Jahre später, im Advent 2014, erfuhr ich, dass die Schweizer Kraftortforscherin Blanche Merz (1919-2002) diese Demutserfahrung bereits in ihrem Buch „Orte der Kraft“ so ähnlich beschrieben hatte.“

Seine Labyrinthbücher:
Band 1: „Auf dem Weg zu meiner Mitte – Von der Gotik zum Labyrinth“
Band 2: „Auf dem Weg zu unserer Mitte – Labyrinthe in Mittel- und Oberschwaben“
Band 3: „Auf dem Weg zu unserer Mitte – Labyrinthe im Allgäu und Umgebung“
Band 4: „Augenblicke auf dem Weg zur Mitte“

Die nächsten Seminare:
Int. Tag des Labyrinths
13. 10.2019, Labyrinthabend

Buchvorstellung mit Farbfotoschau und Lesung
Auf dem Weg zu unserer Mitte – Labyrinthe im Allgäu und Umgebung
25.10.2019, 19 Uhr, Memmingen, Hintere Gerbergasse 19

finden uns selbst. Das unterscheidet es vom Irrgarten, der eher Orientierungslosigkeit bietet.“

Sich auf ein Labyrinth einlassen bedeutet einen Ort der Ruhe, der Besinnung, des inneren Friedens und darin Glück zu finden. Das Begehen kann ein intensiver Prozess sein, begleitet oder allein. Gefühle und Gedanken beim Betreten sind unter anderem Angst, Unsicherheit, Glaube, Mut, Neugier, Offenheit, Schweigen, der Wunsch nach Meditation. Viele haben ein Anliegen oder eine Frage zu klären. Beim Verlassen spüren viele Menschen Dankbarkeit, Entspannung, Erkenntnis, Erleichterung, Freude, Hoffnung, Orientierung und gelegentlich auch eine Veränderung. Oft hilft der Weg, Antworten und Klarheit zu finden.

Geführt ist es noch ein intensiveres Erlebnis, da der Begleiter Impulse gibt und in Satz oder Wort unterstützen kann.

„Den Weg gehend, erfährt man den Sinn.“
Luise Rinser (30. April 1911 in Pitzling am Lech, Oberbayern; † 17. März 2002 in Unterhaching bei München) war eine deutsche Schriftstellerin.*

Aus welchem Material ist ein Labyrinth?

Grundsätzlich unterscheidet man zwischen dem Irrgarten (meist hoch gepflanzt) und dem Labyrinth (meist flach angelegt). Das flache hat den Vorteil, dass man es komplett überschauen kann und sofort die Mitte sieht. Die hohen Labyrinthe sind meistens als Heckenpflanzung, man sieht weder die Mitte, noch einen anderen Besucher. Ansonsten gibt es bei den flachen Labyrinthen viele Varianten, ob aus Pflastersteinen, Sportbelägen mit Markierungen, als Kiesweg mit Grün- und Pflanzstreifen oder was besonders berührend ist, aus Kerzen, ein Lichterlabyrinth in der Dunkelheit.

Die Allgäuer Wegbegleiter bieten noch eine weitere Variante: das

Tücherlabyrinth als mobile Lösung. Es ist auch spontan möglich, sich ein temporäres Labyrinth aus Steinen oder Ästen zu legen oder im Winter in den Schnee zu stapfen.

„Ich gehe und gehe,
weite die Kreise,
gehe zum Ursprung
und Ziel.
Ich gehe Pfade,
die große Spirale,
und singe das uralte Lied.“
Iria Schärer, Psychologin und Liedermacherin, www.iria.de

Labyrinthe beschäftigen viele Menschen

Als allgemeingültiges Symbol ist ein Labyrinth für Menschen jeden Alters zugänglich. Es kann aus gestalterischen Gründen erarbeitet werden, wie durch Landschafts- oder Gartengestalter, Architekten oder Stadtplaner. Das Feldlabyrinth, oft ein umgestaltetes Maisfeld, ist ein Freizeitvergnügen zum Suchen, Tüfteln, Verirren und Rätseln. Für viele Künstler ist es ein reizvoller Ort der Inspiration so wie das „Seelen-Mal“ in Wangen im Allgäu oder für Liedermacher wie Iria Schärer und Helge Burggrabe.

Labyrinthe in Kaufbeuren-Jordanpark (oben rechts), im Kurpark von Bad Wörishofen (Mitte rechts), in Leupolz bei Kempten (oben links), in Nesselwang (Mitte links) und auf dem Kalvarienberg bei Sonthofen (unten links);
Bilder: Eddi Nothelfer (1), Robert Wörz (4)

Auch aus dem Glauben heraus betreten es Interessierte wie Pfarrer, Kirchenbesucher, Ordensangehörige oder Konfirmanden. Labyrinthe haben einen historischen Reiz für Wissenschaftler, Kraftforscher und einen bildenden Effekt für Lehrer, Eltern und Kinder und einen unterstützenden für Senioren. Gerne wird es zum Beispiel in die psychotherapeutische Arbeit bei Patienten und Behinderten integriert.

Auch Wanderer und Freizeitsportler nehmen es als Angebot am Wege mit und begehen ein Labyrinth einfach aus Spaß und Neugierde. Ein sehr schöner Aspekt ist die Begehung als Ersatz für den Pilgerweg: „Die kleine Reise nach Jerusalem."

„Anzukommen ist der Lohn aller, die aufgebrochen sind."
Gernot Candolini, Gestalter von Labyrinthen und Seminarleiter

Wie fühlt sich eine Begehung an?

Bereits am Eingang des Labyrinths sieht man die Mitte. Nach dem Start kommt schnell die erste Wendung, die einen von der Mitte weglenkt. Der Zauber des Anfangs ist verloren, viele Schritte sind notwendig. Der Weg verläuft in Wendungen, in Schlingen um die Mitte herum, an der Mitte vorbei. Mal ist sie nah, mal ist sie fern. Manchmal kommt der Gedanke: Gibt das alles einen Sinn? Nur nicht aufgeben, weitergehen, auch wenn der Weg lang erscheint. Dann die schöne Erfahrung in der Mitte angekommen zu sein. Welche Freude, auch Zufriedenheit verspürt man.

Doch das hält nicht lange an. Jetzt beginnt der zweite Weg aus dem Labyrinth heraus, ein ebenso wichtiger Weg. Das Erreichte in das Leben einzubringen, es zu verankern. Gernot Candolini, ein Labyrinthspezialist aus Innsbruck, nennt den Weg ins Labyrinth den Weg der Erkenntnis und den Weg heraus den Weg der Liebe.

Für mich ist das Labyrinth ein Symbol für den Lebensweg. Der Anfang entspricht der Geburt, der Hinweg ist das bisherige Leben, die Mitte ist die aktuelle Situation und der Rückweg ist das bevorstehende Leben. Das Ende entspricht dem Tod. Anfang und Ende sind (meist) an der gleichen Stelle"
Robert Wörz, Allgäuer Wegbegleiter und Labyrinthspezialist

Das Labyrinth als Ort der Begegnung

Sich mit Labyrinthen zu beschäftigen oder noch besser sie mit Offenheit und Interesse zu begehen, ist ein spannender Prozess, vielleicht eine Neuausrichtung im Leben. Es lässt einen nicht mehr los, man möchte es gerne öfter erleben.

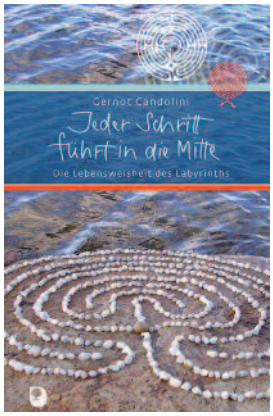
Natürlich sind die Spaßlabyrinthe vor allem für Kinder mehr ein Abenteuer, ein Rätselspaß als ein meditativer Weg. Doch die Begeisterung und Faszination ist gleich. Und vielleicht erfährt dadurch das Labyrinth noch mehr Bekanntheitsgrad und Beliebtheit. Die Allgäuer Labyrinthe sind auf jeden Fall sehens- und vor allem begehenswert.

„Ich wünsche mir, dass Labyrinthe in der Öffentlichkeit noch etwas mehr Beachtung finden und

dass Interessierte sich über die zahlreichen Möglichkeiten der Arbeit mit Labyrinthen informieren können", so Robert Wörz.

Rund um das Thema Labyrinth

„Ein Labyrinth ist ein System aus Linien, Wegen, das durch zahlreiche Richtungsänderungen ein Verfol-gen oder Abschreiten zu einem Rätsel macht. Labyrinthe sind Bauwerke, Ornamente, Mosaike, Bepflanzungen, Feldlabyrinthe, Zeichnungen, Felsritzungen. Anhand der Linienführung, des Wege-musters werden zwei Arten unterschieden:



Gernot Candolini ist Lehrer und Autor mehrerer Bücher. Er ist der bekannteste Experte für das Labyrinth sowie Planer und Erbauer von über 40 Labyrinthen.

Eine Auswahl seiner Bücher:
„Jeder Schritt führt in die Mitte" Die Lebensweisheit das Labyrinths, Verlag am Eschbach

„Labyrinth – Inspiration zur Lebensreise", Herder-Verlag Freiburg

„Das Labyrinth mit Kindern erleben", Don Bosco Verlag

◉ *Labyrinth im ursprünglichen Sinn:* Ein verzweigungsfreier Weg, der zwangsläufig zum Ziel, dem Mittelpunkt und wieder herausführt
◉ *Labyrinth im weiteren Sinn:* Ein System mit Verzweigungen, mit Sackgassen oder geschlossenen Schleifen, das bewusst zum Verwirren führt. Diese Art Labyrinth wird auch Irrgarten genannt."
Quelle: Wikipedia

Urlabyrinthe: Etwa fünftausend Jahre alt, in Felsen oder Ton geritzt, auf Keramiken gemalt oder mit Steinen am Boden ausgelegt. Die Urform besteht aus sieben konzentrischen Kreisen, mit abrupten Wendungen. Im Zentrum wechselt die Richtung. Gerne wurde auf ihnen getanzt.

Weltlabyrinthtag: Der erste Samstag im Mai wird so von der Labyrinth Society bezeichnet. Um 13 Uhr versammeln sich Freunde und Kenner am Labyrinth ihrer Wahl und gehen den Weg als Zeichen der Verbindung zur Mutter Erde und zu allem, was auf ihr lebt.

Internationaler Tag des Labyrinths: Am 13. Oktober ist der Internationale Tag des Labyrinths. Er wird von der Vereinigung

Marco Paulo baute 2016 im Rosengarten in Bad Tölz ein Labyrinth in Anlehnung an das 800 Jahre alte Labyrinth aus der Kathedrale von Chartres (Bild oben);
Station 2 des Nesselwanger Weges „Ge(h)Zeiten" ist als Labyrinth angelegt (Bild unten);
Bilder: Marco Paulo (1), Robert Wörz (1)

Labyrinth in Wangen an der Stadtpfarrkirche St. Martin
Bild: Robert Wörz
Zeichnung eines Labyrinths
Bild: julimur_AdobeStock.com

Labyrinth International so bezeichnet und um 18 Uhr Ortszeit gefeiert.

Labyrinthdesigner: Architekten, Gartenplaner, Designer, aber auch Therapeuten und Pädagogen, die Labyrinthe nach alten Vorlagen und Ideen planen und anlegen

Labyrintharbeit: Geführte Labyrinthbegehungen mit einem Labyrinthkenner oder mit Pädagogen, Therapeuten oder Seminarleitern, meistens mit Vorbereitung und Nacharbeit

Labyrinthplätze: Zur Anlage eines Labyrinths geeignet sind: Bildungshäuser, Kirchen, Kliniken, Klosteranlagen, öffentliche Garten- und Parkanlagen, Schulen, Senioren- und Pflegeheime, Wanderwege, aber auch Felder und landwirtschaftliche Flächen (Irrgärten) oder einfach privat

Fingerlabyrinth: Aus Holz, Keramik, Bronze, Metall. Ein Hilfsmittel für eine Auszeit, eine Atempause, um Konzentration zu finden. Während der Finger über das kleine Labyrinth gleitet, können störende Gedanken losgelassen und ein Weg gefunden werden. Auch zum Meditieren und für Kinder geeignet.

Labyrinthtanz, Labyrinth als Tanzplatz: Bereits im alten Griechenland auf der Insel Delos wurde auf Labyrinthen getanzt. An Ostern in der Osterliturgie tanzte der Bischof in der Kathedrale von Chartres als Ausdruck der Osterfreude auf dem Bodenlabyrinth. Tanzen ist Ausdruck von Freude, so findet der Osterjubel über die Erlösung seinen Ausdruck

Text: Edith Reithmann

Sehens- und erlebenswerte Labyrinthe im Allgäu (Beispiele):

BAD WÖRISHOFEN:
Erlebnisstation „Labyrinth-Fuß“ am Barfußpfad im Kurpark
KAUFBEUREN:
Der „Wunderkreis“ im Jordanpark
NESSELWANG:
Die Station 2 des Besinnungswegs GE(h)ZEITEN
SONTHOFEN:
Auf dem Kalvarienberg
WANGEN IM ALLGÄU:
Bei der Stadtpfarrkirche St. Martin
LEUPOLZ BEI KEMPTEN:
Maislabyrinth